



每天平均要看五六十个病号 宛平这位针灸医生很抢手

在丰台宛平一带,熟悉“大锤”医生的中老年朋友能有十之八九。“大锤”医生名叫王云峰,是宛平社区卫生服务中心的一位针灸医生,他今年刚30出头,但是却有好多老病号,每天平均要给五六十个患者针灸,多的时候一天能看80个患者。通过针灸和各种中医适宜技术,他不仅帮助患者调理脾胃、改善睡眠,还能治疗寒症、颈肩腰腿疼、过敏性鼻炎等各种常见病。

文/记者 李娜

“慢”“快”结合

家住西城的王云峰,工作日每天6点就会起床来到宛平社区卫生服务中心,吃过早饭后不到7点就已经收拾好所有诊疗用品等待患者。7点半左右,患者经过社区卫生服务中心的预检分诊通道陆续前来就医,他就开始了一天的诊疗工作。

患者落座后,他两手一搭先给患者双手同时号脉来个全身“扫描”,对于合适扎针的就会给他开加号条,请患者去挂号。

患者挂号回来后,王云峰并不急着扎针,而是会把除针灸之外的治疗注意事项先细细讲清楚,比如叮嘱一些饮食起居作息等方面的细节,有时还会根据病症需要给患者开一些中草药方剂。“我经常跟患者说,慢性病要想好得快,针灸治疗的作用只占1/4,另外3/4分别是饮食(吃什么)、起居(干什么)和睡眠,只有四个方面配合好,治疗效果才会好。”

患者听懂后他才开始针灸,与他慢条斯理讲注意事项形成鲜明对比的是,他的施针速度很快,平均一个病号大概三四十针,他2分钟左右就能扎完。“扎针的时候旁人看着很随意,其实我在给患者号脉的时候心中就大概知道了病症的诱因,脑中会直接反射出要扎的相应穴位和数量,所以扎针的时候就很快了。”王云峰说。对于慢性病的调理,每次针灸时间大概在半小时左右,但是一些急症就基本不用停顿,效果也是立竿见影。比如前两天有位居民右腿抽筋来找他扎针,他在患者左胳膊上快速扎了几针随之拔出,居民的腿立马不抽筋了,令人直呼神奇。

2018年至2020年,丰台区卫健委和涞源县有对口支援工作,其中宛平社区卫生服务中心和涞源镇中心卫生院结对。第一年王云峰便主动请缨前往。因王云峰诊疗出色,此后两年对方都希望能请王云峰过去,王云峰毫不犹豫就答应了。2018年王云峰刚到涞源,就遇到一位当时10岁左右的病毒性脑炎患者正在涞源镇中心卫生院接受康复治疗,当时患者不会说话不能走路。王云峰在原有治疗的基础上,专门给该患者增加了针灸治疗,患者康复效果明显,接受针灸辅助治疗一个月后就能说出单字。2019年王云峰再次前往涞源帮扶,这次他又给那位脑炎患者针灸了一个月,之后患者就能够说出词语了。待到2020年王

云峰给这位患者施针第三个疗程后,该患者已经能够说出成句的话,而且不用搀扶就能走路了。

中西医结合

虽然是位中医大夫,但是在日常看诊过程中,王云峰经常会根据需要把中医和西医贯通使用。今年8月的一个早上,王云峰在给一位经常前来调理脏腑的阿姨号脉时发现有些结代脉,对应的是西医里的心脏早搏,但是从脉象上摸不出是室性早搏还是房性早搏,于是他立马建议阿姨去做一个心电图,起初阿姨觉得自己心脏没啥毛病不想做,因为阿姨是王云峰的老病号了,本着对阿姨健康负责的态度,他逼着阿姨去中心一楼做了一个心电图。

心电图提示确实有室性早搏,于是阿姨又做了24小时动态心电图(Holter),结果显示一天有7000多次早搏,社区卫生服务中心便通过医联体转诊平台,赶紧为阿姨挂了北京电力医院的专家号,阿姨很快被收治住院治疗进一步的细致诊疗,住院治疗结束后,电力医院又将阿姨转诊至宛平社区卫生服务中心进行后续康复、监测和调养。

时下减肥是个热词,王云峰还擅长用针灸帮助患者减肥。说起针灸减肥的要领,他结合多方学习和亲身实践有自己的理解:有三个方面影响着针灸减肥的效果——断碳、运动和针灸,断碳是基础、运动是辅助,针灸可以说是油门加速器。断碳指的是少吃或不吃碳水化合物,也就是我们常说的馒头、米饭等主食。在指导中老年人减肥的时候,他不会跟大家说断碳、代谢这样的词,而是会换成大家能听懂的大白话,比如:“早晨尽量别喝粥了,吃根老玉米加个鸡蛋喝点奶就差不多啦,蔬菜可以多吃几口。”

“双向奔赴”

“我们这儿同事都很厉害,大家都爱钻研,几乎都有治病绝活儿。”宛平社区卫生服务中心有很多从知名医学院校毕业的本科生、硕士生、博士生,他们一毕业就来到中心,一扎根就是好多年。儿科保健、呼吸慢病、骨科康复、中医调理、心脑血管……各种常见疾病都能在这里找到相应的专业医生。

小小的宛平地区,为什么会有这么好的凝聚力?王云峰向记者解释,一个重要因素是良好的医患关系吸引着大家愿意在这里扎根。以中医慢病调理为例,很多慢病不是一天能上的,也不是一次针灸就能祛除的,中医调理很多时候都是慢工出细活,大多数调理都要一个月以上,需要患者对医生有足够的信任,对治疗能够坚持,而医生也需要在治疗的过程中根据患者身体情况的变化不断调整使用中医适宜技术,医患之间密切配合才能取得良好治疗效果。“如果他们觉得某位医生医术好,就会把这个人告诉亲朋好友,第二天你就会发现一个人带了五个街坊邻居都来了,这种认可也是特别难得的。”

“有一些原来住这儿现在搬到外区外省的居民,他们经常大老远跑回来,就是为了做个体检或者开个药,有山东的、河北的,本市其他区的,来回路费比药钱都不知道贵多少,按说体检、开药一般医院都可以,但他们就非得要来我们这儿,说是来这儿心里踏实。”宛平社区卫生服务中心主任贾问樱说。

记者了解到,宛平社区卫生服务中心已有40多年的历史,因为毗邻卢沟桥,过去叫卢沟桥医院,简称“卢医”。周边百姓一直特别认可卢医,过去服务群众最多时达到29万人,目前主要服务宛平街道和五里店街道部分社区近10万居民,使用面积2200平方米,每天接诊患者约800人次。

记者结束采访时已是晚上6点,但是宛平社区卫生服务中心一楼的延时门诊处还有几位患者在排队,据了解,为了方便白天上班的居民就诊,中心的延时门诊会一直开到晚上8点……



航天三院产品 亮相天津直博会

本报讯 近日,第六届中国天津国际直升机博览会隆重开幕,中国航天科工三院十余款自主研发的通航及特种动力装备亮相展会。此次参展展台分为发动机整机、无人机、作训及保障等主题板块,全方位展示了拥有自主知识产权的特种火炬系列产品、活塞发动机、涡轮发动机、无人飞行器、作训及保障系统等明星装备,向前来参观的各方嘉宾全面展现了航天三院自主研发、创新发展的雄厚实力。

火炬产品

以特种动力技术为基础研制的北京2008年夏奥会“祥云”火炬登顶珠穆朗玛峰,北京2022年冬奥会“飞扬”火炬实现奥运史上首次机器人水下火炬传递,成都第31届大运会“蓉火”火炬闪耀大运赛场,充分彰显空天动力的引领地位和航天报国的责任担当。

涡轮发动机

作为涡轮发动机明星产品,CTF-9涡扇发动机是400公斤推力量级、双转子涡轮风扇发动机,具有性能高、结构紧凑的突出特点,具备先进的电气、控制系统及冗余、安全健康管理,可以满足小型无人飞行器高升限、大航程的动力需求。

小型涡轮发动机涵盖20、40、150、160大牛量级,针对不同应用场景定制开发,集成先进气动设计与低压供油技术,可满足快速启动、空中点火、垂直使用等场景需求,在无人飞行器、先进靶机等多个领域市场前景广阔。



活塞发动机

活塞发动机系列涵盖10、75、100千瓦量级产品,在同等级都具有功重比高、飞行升限高、技术成熟度高的突出特点,工作可靠性强,技术水平国内领先,可为小型固定翼无人机、中空旋翼无人飞行器、高空飞行器、通航飞机提供优质的动力选择。

无人飞行器

以SF-CP-80巡飞飞行器、SF-CP-60无人机、SF-ISD-600无人机等为代表的成熟动力技术发展成果,展示出性能先进、部署快速、机动性强、效率高等突出优势,可广泛应用于目标探测、区域巡察、通讯中继、目标供靶等领域。



作训及保障系统

作训及保障系统展品包含移动坦克靶、自航靶船、油料集装化保障系统,靶车基于无人车自主控制平台研制,靶船具有自动、人工航迹控制功能,集加、储、运为一体的油料集装化保障系统可进行模块化编组,实现多种运输方式联运。

这场青年交友联谊活动 有点甜



青年朋友们在活动中互动热烈。张馨予 摄

本报讯(记者 张馨予)9月16日,由北京市妇女儿童社会服务中心、丰台区妇女联合会主办,北京丽泽金融商务区管委会、中关村科技园丰台园管理委员会协办的“相约金秋 最美遇见”丰台专场公益交友联谊活动,在丽泽金融商务区中国通信服

务大厦举办,来自丰台区属机关单位和企事业单位的200名单身男女青年浪漫相约参与其中。

活动精心设置了金秋传情、举“爱”齐眉、携手同行、缘聚金秋、收获情缘等丰富多彩的互动环节,通过开展团队竞赛让青年男女们在互动中增进彼此认识,

展示个人魅力,现场气氛活跃。很多参加活动的青年朋友表示,“平时忙于工作,和其他青年互相了解的机会很少,这次活动正好提供了认识同龄人的机会,希望今后能多参加这类联谊活动”。活动现场共16对嘉宾成功牵手,台下还有数名嘉宾添加了交流方式。

公共法律服务自助一体机 让智慧法律服务触手可及

本报讯 近日,区法律援助中心服务大厅出现了一台新机器——公共法律服务自助一体机。据悉,这是由北京市法律援助基金会、北京谦君律师事务所向丰台区法律援助中心捐赠,一体机借助“互联网+”模式、人工智能及大数据等技术,以法律智能咨询为基础,延伸涵盖文书模板、法律法规、案例判例等多项功能,丰富群众法律咨询方式,提升实体法律服务效率,完善法律服务平台功能,实现“智慧法援”。

依托公共法律服务自助一体机的投入使用,区司法局将进一步探索数字化公共法律服务新模式,提质增效,为群众提供一站式全方位的“贴身”法律服务。自助一体机提供了“自选超市式”法律服务,现场前来咨询法律问题或者申请法律援助的群众,可以针对所需,实现对公共法律服务的自主自由选择。区司法局将网络平台和实体平台业务联通,自助一体机网络数据供给与现场面对面咨询相互补充、相互支撑,为群众提供全功能立体式精准化服务。同时,整合多项资源,打造多层次服务体系。

自助一体机内包含法律援助、人民调解、公证鉴定服务等多项资源,数字服务全天候在线,精准摸清群众服务需求,提高群众对司法行政工作的满意度。